

บทที่ 3

ผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษารูปแบบและการดำเนินงานของชมรมผู้สูงอายุในอำเภอปากพะยูน จังหวัดพัทลุง ผลการดำเนินงาน รวมถึงปัญหา อุปสรรค และแนวทางในการแก้ไขของชมรมผู้สูงอายุ ผลการวิจัยนำเสนอเป็น 4 ส่วน ดังต่อไปนี้

1. ข้อมูลพื้นฐานและสภาพของอำเภอปากพะยูน
2. สภาพการดำเนินงานชมรมผู้สูงอายุทั้ง 19 ชมรมในอำเภอปากพะยูน
3. รูปแบบและการดำเนินงานของชมรมผู้สูงอายุที่เข้มแข็ง : ชมรมผู้สูงอายุคลินิกศูนย์เวชปฏิบัติครอบครัวบ้านโพธิ์
 - 3.1 ข้อมูลบริบทของหมู่บ้าน บ้านโพธิ์
 - 3.2 ขั้นตอนการศึกษารูปแบบการดำเนินงานของชมรมผู้สูงอายุ
 - 3.3 รูปแบบและการดำเนินงานของชมรมผู้สูงอายุคลินิกศูนย์เวชปฏิบัติครอบครัวบ้านโพธิ์
4. ปัญหา อุปสรรคของการดำเนินงาน และหาแนวทางแก้ไขของชมรมผู้สูงอายุ โดยแบ่งเป็น 2 ด้าน ดังนี้
 - 4.1 ปัญหา อุปสรรคของการดำเนินงาน
 - 4.2 แนวทางแก้ไขปัญหา

1. ข้อมูลพื้นฐานและสภาพของอำเภอปากพะยูน

ประวัติความเป็นมา

อำเภอปากพะยูนตั้งอยู่ทางใต้สุดของจังหวัดพัทลุง เป็นอำเภอหนึ่งใน 10 อำเภอ 1 กิ่งอำเภอ ของจังหวัดพัทลุง คำว่า “ปากพะยูน” สันนิษฐานว่า มาจากคำว่า “ปลาพะยูน” ซึ่งเป็นปลาที่มีลักษณะคล้ายกับปลาวาฬ เลี้ยงลูกด้วยนม สมัยก่อนปลานี้มีอยู่มากในทะเลสาบสงขลาตอนใน แต่มีบางท่านว่า มาจากคำว่า ปากพูน ซึ่งแปลว่า “ปากน้ำ” (กรมการปกครอง, 2553)

อำเภอปากพะยูน ตั้งเมื่อ พ.ศ.2439 ในรัชสมัยพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ 5 เดิมมีอาณาเขตกว้างขวางมาก มีตำบลอยู่ในปกครองรวม 17 ตำบล รวมทั้งตำบลเขาชัยสน (อำเภอเขาชัยสน) และตำบลกำแพงเพชร (อำเภอรัตภูมิ จังหวัดสงขลา) พระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ 5 ได้เสด็จประพาสเมื่อ ร.ศ.108 มีหลักฐานพระปรมาภิไธย ย่อ จปร. ร.ศ.108 จารึกไว้ ณ หน้าเพิงผาทวดตา ในหมู่เกาะสี่เกาะห้า ซึ่งอยู่ในทะเลสาบสงขลาตอนในพื้นที่

อำเภอปากพะยูนเสมือนกับอำเภอชนบทโดยทั่วไป แต่หากได้พิจารณาอย่างถ่องแท้ไม่ว่าจะเป็นชัยภูมิที่ตั้ง ชื่อหมู่บ้าน ตำบล และชื่อเกาะต่างๆ ล้วนแล้วแต่มีความเกี่ยวข้องกับตำนานหรือนิทานปรัมปราของชาวบ้านแทบทั้งสิ้น เช่น เรื่องเจ้าฟ้าคอบลาย บ้านค่ายท่าทิศครู วัดทุ่งขุนหลวง เกาะบรรทม เป็นต้น อาจจะมีประวัติศาสตร์อันล้ำค่าฝังอยู่ใต้ผืนดิน ที่ทำนา ทำสวน อยู่ทุกวัน แต่ยังไม่มีการขุดค้นพบหลักฐานเหล่านั้นขึ้นมาเผยแพร่ให้ชาวโลกได้รับรู้ หากบรรดานักโบราณคดีของกรมศิลปากรได้ให้ความสนใจขุดค้นตามหลักวิชาโบราณคดี คงจะมีประโยชน์มหาศาล ที่กล่าวเช่นนั้น เพราะในประวัติศาสตร์ของเมืองพัทลุง ได้บันทึกไว้ว่า พระยาภูมรกับพระนางเลือดขาว ได้ตั้งเมืองพัทลุงขึ้นครั้งแรกที่บ้านพระเกิดเมื่อราว พ.ศ. 1832 ในสมัยกรุงสุโขทัย (บ้านพระเกิด เป็นชื่อหมู่บ้านในหมู่ที่ 4 ตำบลฝาละมี อำเภอปากพะยูน จังหวัดพัทลุงในปัจจุบัน) ห่างจากที่ว่าการอำเภอปากพะยูน ประมาณ 14 กม. ก่อนที่จะย้ายไปอยู่ที่ อำเภอสทิงพระ จังหวัดสงขลา อำเภอปากพะยูน จึงเกี่ยวเนื่องกับร่องรอยในอดีต ซึ่งคงมีความเจริญรุ่งเรืองมานาน ก่อนที่จะล่มสลายไปตามกาลเวลา (กรมการปกครอง, 2553)

สภาพทางภูมิศาสตร์และลักษณะทางกายภาพ

อำเภอปากพะยูนตั้งอยู่ทางทิศใต้ของจังหวัดพัทลุง ห่างจากศาลากลางจังหวัดพัทลุง ระยะทาง 66 กิโลเมตร มีอาณาเขตติดต่อดังนี้

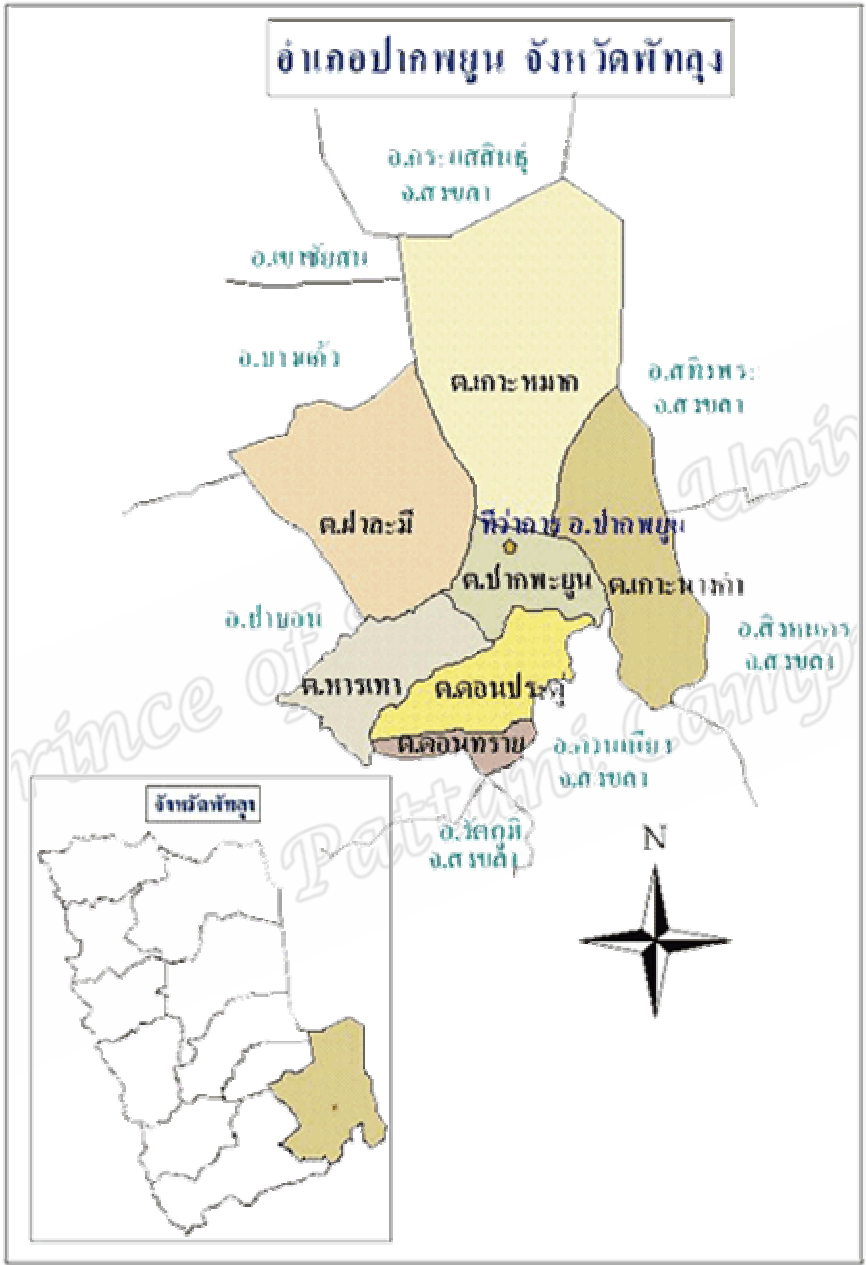
ทิศเหนือ ติดต่ออำเภอบางแก้ว จังหวัดพัทลุง และอำเภอกระเส็นนู้ จังหวัดสงขลา

ทิศใต้ ติดต่ออำเภอกวนเนียง จังหวัดสงขลา

ทิศตะวันออก ติดต่ออำเภอสทิงพระ อำเภอสิงหนคร และอำเภอกวนเนียง จังหวัดสงขลา

ทิศตะวันตก ติดต่ออำเภอป่าบอน จังหวัดพัทลุง

ดั่งภาพประกอบ 4



ภาพประกอบ 4 แผนที่แสดงพื้นที่อำเภอปากพะยูน จังหวัดพัทลุง
ที่มา : กรมการปกครอง, 2553

ลักษณะภูมิประเทศและภูมิอากาศ

สภาพพื้นที่โดยทั่วไปเป็นที่ราบ ทางด้านทิศตะวันตกและทิศใต้ ในเขตพื้นที่ตำบลคอนทราย ตำบลคอนประดู่ ตำบลหารเทา ตำบลฝาละมี และพื้นที่ที่เป็นเนินสูงในเขตตำบลปากพะยูน และส่วนที่เป็นทะเลสาบมีสภาพเป็นเกาะ ในพื้นที่ตำบลเกาะนางคำ ตำบลเกาะหมาก พื้นที่ของอำเภอรวมทั้งสิ้นประมาณ 433.000 ตารางกิโลเมตร หรือประมาณ 270,625.000 ไร่ และส่วนที่เป็นทะเลสาบ 110 ตารางกิโลเมตร (กรมการปกครอง, 2553)

ลักษณะภูมิอากาศของอำเภอปากพะยูนอบอุ่น มีฤดูกาลที่สำคัญ 2 ฤดู คือ ฤดูร้อน เริ่มตั้งแต่เดือนกุมภาพันธ์ – เดือนกรกฎาคม และฤดูฝน เริ่มตั้งแต่เดือนสิงหาคม - เดือนมกราคม อุณหภูมิเฉลี่ย 20 – 30 องศาเซลเซียส (กรมการปกครอง, 2553)

การปกครอง

อำเภอปากพะยูนแบ่งเขตการปกครองได้ออกได้ ดังนี้

หมู่บ้าน 74 หมู่บ้าน

ตำบล 7 ตำบล ได้แก่ ตำบลปากพะยูน ตำบลคอนประดู่ ตำบลเกาะนางคำ ตำบลเกาะหมาก ตำบลฝาละมี ตำบลหารเทา และตำบลคอนทราย

เทศบาล 2 แห่ง คือเทศบาลปากพะยูน เทศบาลอ่าวพะยูน

สภาพทางเศรษฐกิจ

จากสภาพพื้นที่เป็นที่ราบ และที่ราบสูง จึงใช้ประโยชน์ในการทำนา ทำสวนยางพารา เลี้ยงกุ้งปลา ซึ่งประชาชนส่วนใหญ่ประกอบอาชีพเกษตรกรรมเป็นอาชีพหลัก คือ มีการปลูกข้าวมากในท้องที่ตำบลคอนประดู่ ตำบลคอนทราย ตำบลหารเทา และตำบลฝาละมี อาชีพการทำสวนยางพาราทำมากในพื้นที่ตำบลปากพะยูน ตำบลเกาะหมาก ตำบลเกาะนางคำ ตำบลหารเทา และตำบลฝาละมี อาชีพการเลี้ยงกุ้งกุลาดำทำมากในท้องที่ตำบลเกาะนางคำ ตำบลเกาะหมาก และตำบลฝาละมี การเลี้ยงปลากะพงในกระชังที่ตำบลเกาะนางคำ โดยได้รับการส่งเสริมจากกรมประมง นอกจากนี้มีการเลี้ยงสัตว์ต่างๆเป็นอาชีพเสริม เพื่อยังชีพและจำหน่ายบ้างเล็กน้อย เช่น ไก่ เป็ด สุกร แพะ แกะ และ โค ด้านพาณิชย์กรรมมีผู้เปิดร้านค้ากระจายทั่วไปตามชุมชนหนาแน่น ส่วนใหญ่จะอยู่ในเขตเทศบาล

ในปัจจุบันที่สภาพเศรษฐกิจกำลังตกต่ำนั้นทำให้แรงงานที่เป็นหนุ่มสาวของอำเภอจะออกไปทำงานในท้องที่จังหวัดสงขลาที่มีโรงงานอุตสาหกรรมเป็นจำนวนมาก เพื่อเป็นช่องทางในการช่วยเหลือครอบครัวอีกทางหนึ่ง (กรมการปกครอง, 2553)

การคมนาคม

การเดินทางสู่อำเภอปากพะยูนสามารถเดินทางได้ทั้งทางบกและทางน้ำ การคมนาคมทางบกเป็นเส้นทางที่มีความสะดวกมากเนื่องจากมีถนนสายหลักทางหลวงจังหวัด หมายเลข 4088 แยกจากสาย 4181 ถึงบ้านหารเทา ทางหลวงจังหวัด หมายเลข 4049 จากอำเภอ ถึงสามแยกต้นมะม่วง บรรจบทางหลวงหมายเลข 4 (หาดใหญ่ – พัทลุง) ระยะทาง 29 กิโลเมตร ทางหลวงจังหวัด หมายเลข 4181 จากอำเภอ ถึงบ้านห้วยทราย บรรจบ ทางหลวงหมายเลข 4 (หาดใหญ่ – พัทลุง) ระยะทาง 22 กิโลเมตร ส่วนการเดินทางโดยทางน้ำนั้น มีเรือหางยาววิ่งในทะเลสาบติดต่อระหว่างตำบล และเขตอำเภอที่มีอาณาเขตติดต่อกับทะเลสาบ ผู้ที่ใช้การคมนาคมทางนี้ส่วนมากจะเป็นประชาชนที่ประกอบอาชีพทำประมง (กรมการปกครอง, 2553)

ทรัพยากรธรรมชาติ

ทรัพยากรธรรมชาติที่สำคัญของอำเภอปากพะยูน ได้แก่ ป่าไม้ ซึ่งเป็นป่าสงวนแห่งชาติ จำนวน 5 แห่ง คือ ป่าเกาะหมาก เนื้อที่ 5,006 ไร่ ป่าเหมืองแก้ว-บางเตง เนื้อที่ 2,781 ไร่ ป่าพรุเสม็ดสัตว์-บางเตง เนื้อที่ 450 ไร่ ป่าท่าเตียน เนื้อที่ 563 ไร่ และป่าห้วยเรือ-ควนเพ็ง มีเนื้อที่ 6,875 ไร่ น้ำในทะเลสาบซึ่งเป็นที่เพาะพันธุ์ปลา รังนกนางแอ่นที่เกาะสี่ เกาะห้า นกน้ำและนกเป็ดน้ำจำนวนมากที่ทางราชการได้อนุรักษ์ไว้ทางตอนเหนือของตำบลเกาะหมาก (กรมการปกครอง, 2553)

สาธารณูปโภคและสาธารณูปการ

อำเภอปากพะยูนมีแหล่งน้ำที่ใช้เพื่อการเกษตร จำนวน 7 แหล่ง และแหล่งน้ำเพื่อการอุปโภคบริโภค คือ ระบบประปาหมู่บ้านครอบคลุมทั้ง 74 หมู่บ้าน และระบบประปาของเทศบาลปากพะยูน 1 แห่ง นอกจากนี้ชาวบ้านเกือบทุกครัวเรือนจะมีบ่อน้ำตื้นใช้ในการอุปโภคและบริโภคนอกเหนือจากระบบประปา ส่วนไฟฟ้าสามารถเข้าถึงทุกหมู่บ้าน ครอบคลุมทุกครัวเรือนอีกด้วย

ด้านการโทรคมนาคมและการสื่อสาร มีโทรศัพท์พื้นฐานใช้ทั้งโทรศัพท์บ้านและโทรศัพท์สาธารณะ ซึ่งสามารถใช้งานได้ดี แต่ประชาชนส่วนใหญ่จะใช้โทรศัพท์มือถือในการติดต่อสื่อสาร ส่วนการติดต่อประสานงานกับหน่วยงานราชการสามารถทำได้สะดวก

ด้านการศึกษา อำเภอปากพะยูนมีโรงเรียนประถมศึกษา จำนวน 33 แห่ง โรงเรียนมัธยม 4 แห่ง คือ โรงเรียนปากพะยูนพิทยาคาร โรงเรียนมัธยมเกาะหมาก โรงเรียนทหารรังสีประสาทสรค์ โรงเรียนควนพระสาครินทร์ และโรงเรียนเอกชน 1 โรง คือ โรงเรียนศาสนูปถัมภ์ปากพะยูน-มูลนิธิ ห้องสมุดประชาชน 1 แห่ง ที่อ่านหนังสือพิมพ์ 48 แห่ง และหอกระจายข่าวอีก 62 แห่ง (กรมการปกครอง, 2553)

สภาพทางสังคมและวัฒนธรรม

ประชากร

จำนวนประชากรของอำเภอปากพะยูนรวมทั้งสิ้น 50,217 คน แยกเป็น ประชากรชาย 24,764 คน ประชากรหญิง 25,453 คน จำนวนครัวเรือนทั้งหมด 12,332 ครัวเรือน ความหนาแน่นของประชากร 116 คน ต่อ ตารางกิโลเมตร (กรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทย, 2550) มีประชากรที่นับถือศาสนา พุทธร้อยละ 75 ศาสนาอิสลาม ร้อยละ 25 มีวัดในพุทธศาสนา 21 แห่ง และมีมัสยิด 16 แห่ง (กรมการปกครอง, 2553)

2. สภาพการดำเนินงานของชมรมผู้สูงอายุ

สำหรับการศึกษาสภาพการดำเนินงานของชมรมผู้สูงอายุ ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาลงการดำเนินงานเบื้องต้นของชมรมผู้สูงอายุ 19 ชมรมในอำเภอปากพะยูน จังหวัดพัทลุง ได้แก่

- 1) ชมรมผู้สูงอายุบ้านเกาะนางคำ 2) ชมรมผู้สูงอายุบ้านบางตาล 3) ชมรมผู้สูงอายุบ้านแหลมกรวด
- 4) ชมรมผู้สูงอายุบ้านเกาะหมาก 5) ชมรมผู้สูงอายุคอนประคู้ 6) ชมรมผู้สูงอายุบ้านโลกทราย
- 7) ชมรมผู้สูงอายุบ้านไทรพอน 8) ชมรมผู้สูงอายุบ้านควนเทียม 9) ชมรมผู้สูงอายุบ้านควนพระ
- 10) ชมรมผู้สูงอายุบ้านทะเลเหมียง 11) ชมรมผู้สูงอายุบ้านบางขวน 12) ชมรมผู้สูงอายุบ้านหัวควน
- 13) ชมรมผู้สูงอายุบ้านปากเคียว 14) ชมรมผู้สูงอายุบ้านพระเกิด 15) ชมรมผู้สูงอายุบ้านบางม่วง

- 16) ชมรมผู้สูงอายุบ้านห้วยเรือ 17) ชมรมผู้สูงอายุบ้านปากบางนาคราช 18) ชมรมผู้สูงอายุบ้านฝาละมี
19) ชมรมผู้สูงอายุคลินิกศูนย์เวชปฏิบัติครอบครัวบ้านโพธิ์

ตาราง 1 จำนวนและร้อยละของลักษณะผู้ตอบแบบสอบถาม

ผู้ตอบแบบสอบถาม	จำนวน (ชมรม)	ร้อยละ (100.00)
เพศ		
ชาย	43	79.63
หญิง	11	20.37
อายุ		
51 – 60 ปี	8	14.81
61 – 70 ปี	42	77.78
71 – 80 ปี	4	7.41
ตำแหน่งในชมรม		
ประธานชมรม	31	57.40
เจ้าหน้าที่	15	27.78
คณะกรรมการชมรม	5	9.26
สมาชิกชมรม	3	5.56

จากตาราง 1 แสดงว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ คือ ร้อยละ 79.63 เป็นเพศชาย เพศหญิง ร้อยละ 20.37 มีอายุระหว่าง 61-70 ปี คิดเป็นร้อยละ 77.78 รองลงมา มีอายุระหว่าง 0-60 ปี ร้อยละ 14.81 และอายุระหว่าง 71-80 ปี ร้อยละ 7.41 เป็นประธานชมรม ร้อยละ 57.40 เป็นเจ้าหน้าที่ ร้อยละ 27.78 เป็นคณะกรรมการชมรม ร้อยละ 9.26 และ เป็นสมาชิกชมรม ร้อยละ 5.56 ตามลำดับ

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปชมรมผู้สูงอายุ

ตาราง 2 จำนวนและร้อยละของข้อมูลทั่วไปของชมรมผู้สูงอายุ

ข้อมูลทั่วไปของชมรมผู้สูงอายุ	จำนวน (ชมรม)	ร้อยละ (100.00)
ที่ตั้งของชมรมผู้สูงอายุ		
สถานีอนามัยประจำหมู่บ้าน	14	73.68
ศาลาเอนกประสงค์ประจำหมู่บ้าน	4	21.05
วัด	1	5.26
หน่วยงานที่ชมรมผู้สูงอายุสังกัด		
สาธารณสุขอำเภอ	19	100.00
ระยะเวลาการดำเนินงานของชมรมผู้สูงอายุ		
น้อยกว่า 1 ปี	1	5.26
1 – 3 ปี	9	47.36
4 – 6 ปี	6	31.57
7 – 10 ปี	1	5.26
11 ปีขึ้นไป	2	10.52
ประวัติความเป็นมาในการก่อตั้งชมรม		
ดำเนินการตามนโยบายของกระทรวงสาธารณสุขที่เล็งเห็นความสำคัญของผู้สูงอายุ	15	78.94
ผู้สูงอายุมีเวลาว่าง และมีความคิดว่าน่าจะรวมกลุ่มกันจัดตั้งชมรมเพื่อทำกิจกรรมร่วมกัน	4	21.05

จากตาราง 2 แสดงข้อมูลทั่วไปของชมรมผู้สูงอายุ พบว่า ที่ตั้งของชมรมผู้สูงอายุส่วนใหญ่ตั้งอยู่ที่สถานีอนามัยประจำหมู่บ้าน ร้อยละ 73.68 รองลงมาคือ ตั้งอยู่ที่ศาลาเอนกประสงค์ประจำหมู่บ้าน ร้อยละ 21.05 และวัด ร้อยละ 5.26 ซึ่งชมรมผู้สูงอายุทั้งหมดสังกัดสาธารณสุขอำเภอ คิดเป็นร้อยละ 100

ในด้านการดำเนินการของชมรมผู้สูงอายุที่อยู่ระหว่าง 1-3 ปี โดยพบถึงร้อยละ 47.36 รองลงมา ร้อยละ 31.57 มีอายุระหว่าง 4-6 ปี และเป็นที่น่าสนใจว่ามีชมรมผู้สูงอายุ ร้อยละ 10.52 ที่ดำเนินการ 11 ปีขึ้นไป ส่วนชมรมผู้สูงอายุที่เพิ่งเริ่มดำเนินการ หรือดำเนินการยังไม่ถึง 1 ปี มีเพียง ร้อยละ 5.26

ส่วนประวัติความเป็นมาในการก่อตั้งชมรมผู้สูงอายุ พบว่า ชมรมผู้สูงอายุ ส่วนใหญ่ดำเนินการ ก่อตั้งตามนโยบายของกระทรวงสาธารณสุขที่เล็งเห็นความสำคัญของผู้สูงอายุ ร้อยละ 78.94 รองลงมา คือ ผู้สูงอายุมีเวลาว่าง และมีความคิดว่าน่าจะรวมกลุ่มกันจัดตั้งชมรมเพื่อทำกิจกรรมร่วมกัน ร้อยละ 21.05

ตาราง 3 จำนวนและร้อยละของวัตถุประสงค์ของการจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุ

วัตถุประสงค์	จำนวน (ชมรม)	ร้อยละ (100.00)
เพื่อประโยชน์ต่อผู้สูงอายุและครอบครัว	19	100.00
เพื่อทำประโยชน์แก่สังคม	13	68.42
เพื่อพบปะสังสรรค์และแลกเปลี่ยนความคิดและทำกิจกรรมร่วมกัน	19	100.00
เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับการดูแลทางด้านสุขภาพ	19	100.00
เพื่อเน้นการช่วยเหลือซึ่งกันและกันระหว่างสมาชิก	19	100.00

จากการศึกษาวัตถุประสงค์ของการจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุ พบว่า วัตถุประสงค์ที่เหมือนกันของทุกชมรม คือ 1) เพื่อประโยชน์ต่อผู้สูงอายุและครอบครัว 2) เพื่อพบปะสังสรรค์ และแลกเปลี่ยนความคิด และทำกิจกรรมร่วมกัน 3) เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับการดูแลทางด้านสุขภาพ 4) เพื่อเน้นการช่วยเหลือซึ่งกันและกันระหว่างสมาชิก คิดเป็นร้อยละ 100 รองลงมาคือ เพื่อทำประโยชน์แก่สังคม ร้อยละ 68.42

ตาราง 4 จำนวนและร้อยละของผู้ริเริ่มในการก่อตั้งชมรม

ผู้ริเริ่ม	จำนวน (ชมรม)	ร้อยละ (100.00)
ประชาชน	-	-
เจ้าหน้าที่ของรัฐ	2	10.52
เจ้าหน้าที่และประชาชนร่วมกัน	17	89.47
รวม	19	100.00

จากตาราง 4 แสดงผู้ริเริ่มในการก่อตั้งชมรมทั้ง 19 ชมรม พบว่า ทั้งเจ้าหน้าที่และประชาชนร่วมกันก่อตั้งชมรม ร้อยละ 89.47 รองลงมาคือ เจ้าหน้าที่ของรัฐเป็นผู้ริเริ่มในการจัดตั้งชมรม ร้อยละ 10.52 และไม่มีชมรมใดที่ริเริ่มก่อตั้งโดยประชาชน

ตอนที่ 2 ข้อมูลคณะกรรมการ

ตาราง 5 จำนวนและร้อยละของการดำเนินงานของคณะกรรมการ

การดำเนินงานของคณะกรรมการ	จำนวน (ชมรม)	ร้อยละ (100.00)
วิธีการได้มาของคณะกรรมการ		
เลือกตั้ง โดยการเสนอชื่อ แล้วยกมือ โหวตเสียงข้างมาก	19	100.00
แต่งตั้ง	-	-
คณะกรรมการ มีการชี้แจงบัญชีรายรับ – รายจ่ายการเงินของชมรมให้สมาชิกทราบ		
ไม่มี	-	-
มีเป็นบางครั้ง	11	57.89
มีเป็นประจำ	8	42.10
คณะกรรมการ มีการสรุปผลการดำเนินงานกิจกรรมของชมรมให้สมาชิกทราบเมื่อสิ้นสุดกิจกรรม หรือเมื่อมีการประชุมประจำเดือน		
ไม่มี	1	5.26
มีเป็นบางครั้ง	10	52.63
มีทุกเดือน	8	42.10

จากตาราง 5 แสดงการดำเนินงานของคณะกรรมการ พบว่า คณะกรรมการของชมรมผู้สูงอายุ ทุกชมรม มาจากการเลือกตั้ง โดยการเสนอชื่อ แล้วยกมือโหวตเสียงข้างมาก ร้อยละ 100 และ คณะกรรมการ แต่ละชมรมมีการชี้แจงบัญชีรายรับ – รายจ่ายการเงินให้สมาชิกทราบเป็นบางครั้ง ร้อยละ 57.89 และมีชมรมผู้สูงอายุที่ชี้แจงบัญชีรายรับ – รายจ่ายการเงินให้สมาชิกทราบเป็นประจำ ร้อยละ 42.10 ส่วนการสรุปผลการดำเนินงานกิจกรรมของชมรมนั้น ชมรมผู้สูงอายุส่วนใหญ่สรุปผลการดำเนินงานเป็นบางครั้ง ร้อยละ 52.63 ส่วนชมรมผู้สูงอายุที่จัดสรุปผลการดำเนินงานทุกเดือน มีร้อยละ 42.10 และมีเพียง 1 ชมรมเท่านั้นที่ไม่มีการจัดสรุปผลการดำเนินงาน คิดเป็นร้อยละ 5.26

ตอนที่ 3 ข้อมูลสมาชิกชมรม

ตาราง 6 จำนวนสมาชิกของชมรม

ชื่อชมรมผู้สูงอายุ	เพศ		รวม (คน)
	ชาย (คน)	หญิง (คน)	
บ้านเกาะนางคำ	43	59	102
บ้านบางตาล	10	24	34
บ้านแหลมกรวด	34	57	91
บ้านเกาะหมาก	9	19	28
บ้านดอนประคู้	43	53	96
บ้านโลกทราย	34	53	87
บ้านไทรพอน	12	40	52
บ้านควนเคี่ยม	21	56	77
บ้านควนพระ	61	125	186
บ้านทะเลเหมียง	32	34	66
บ้านบางขน	54	60	114
บ้านหัวควน	37	52	89
บ้านปากเครือ	13	15	28
บ้านพระเกิด	29	54	83
บ้านบางม่วง	62	72	134

ตาราง 6 จำนวนสมาชิกของชมรม (ต่อ)

ชื่อชมรมผู้สูงอายุ	เพศ		รวม (คน)
	ชาย (คน)	หญิง (คน)	
บ้านห้วยเรือ	46	61	107
บ้านปากบาง	43	75	118
บ้านฝาละมี	49	66	115
ชมรมผู้สูงอายุคลินิกศูนย์เวช ปฏิบัติครอบครัวบ้านโพธิ์	101	141	242
รวม	733	1,116	1,849

จากตาราง 6 แสดงจำนวนของสมาชิกชมรมผู้สูงอายุทั้งหมด 19 ชมรม รวม 1,849 คน แบ่งเป็น เพศ ชาย และหญิง จำนวน 733 คน และ 1,116 คน ตามลำดับ

ตาราง 7 จำนวนและร้อยละของโครงสร้างอายุของสมาชิกชมรม

อายุ	จำนวน (คน)	ร้อยละ (100.00)
ต่ำกว่า 60 ปี	238	12.82
60-70 ปี	943	50.80
71-80 ปี	496	26.74
81 ปี ขึ้นไป	179	9.64
รวม	1,856	100.00

จากตาราง 7 แสดงลักษณะโครงสร้างอายุของสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ โดยสมาชิกส่วนใหญ่ของชมรมผู้สูงอายุ มีอายุระหว่าง 61- 70 ปี ร้อยละ 50.99 รองลงมา อายุระหว่าง 71-80 ปี ร้อยละ 26.74 อายุต่ำกว่า 60 ปี พบร้อยละ 12.82 และอายุ 81 ปีขึ้นไปเพียง ร้อยละ 9.64

ตาราง 8 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับการมีส่วนร่วมของสมาชิกในชมรม

รายการ	ระดับการมีส่วนร่วม				\bar{X}	SD	แปลผล
	ไม่มี	น้อย	ปานกลาง	มาก			
สมาชิกมีส่วนร่วมในการวางแผนงานและแสดงความคิดเห็น	-	19 (35.20)	32 (59.30)	3 (5.60)	2.70	0.571	ปานกลาง
สมาชิกมีส่วนร่วมสนับสนุนเงินและสิ่งของให้แก่ชมรม	-	29 (53.70)	25 (46.30)	-	2.46	0.503	น้อย
สมาชิกมีส่วนร่วมในกิจกรรมที่ทางชมรมได้จัดขึ้น	-	10 (18.50)	37 (68.50)	7 (13.00)	2.94	0.564	ปานกลาง
รวม					2.70	0.546	ปานกลาง

จากตาราง 8 แสดงจำนวนและร้อยละของการมีส่วนร่วมของสมาชิกในชมรม พบว่า การมีส่วนร่วมของสมาชิกชมรมในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 2.70 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า สมาชิกมีส่วนร่วมในกิจกรรมที่ทางชมรมได้จัดขึ้นมีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 2.94 และสมาชิกมีส่วนร่วมสนับสนุนเงินและสิ่งของให้แก่ชมรม มีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด คิดเป็นร้อยละ 2.46

ตาราง 9 จำนวนและร้อยละของข้อมูลสมาชิกชมรม

ข้อมูลสมาชิกชมรม	จำนวน (ชมรม)	ร้อยละ (100.00)
ประชาชนส่วนใหญ่มีรายได้เป็นของตนเอง		
มี	15	78.94
ไม่มี	4	21.05
ค่าใช้จ่ายครั้งแรกในการเข้าเป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ		
มี	19	100.00
ไม่มี	-	-
การศึกษาของสมาชิก		
ไม่ได้เข้าโรงเรียน	-	-
ประถมศึกษา	19	100.00
มัธยมศึกษา	-	-
ปริญญาตรีหรือสูงกว่า	-	-
ฐานะทางเศรษฐกิจของสมาชิก		
ดี	-	-
ปานกลาง	17	89.47
ลำบาก	2	10.52
ที่อยู่ของสมาชิกส่วนใหญ่กับที่ตั้งของชมรม		
ใกล้ หรือเดินทางมาสะดวก	15	78.94
ไกล หรือเดินทางไม่สะดวก	4	21.05

จากตาราง 9 แสดงให้เห็นว่า สมาชิกชมรมผู้สูงอายุส่วนใหญ่ร้อยละ 100 เป็นประชาชนทั่วไป นอกจากนั้นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีรายได้เป็นของตนเอง พบร้อยละ 78.94 และมีถึงร้อยละ 21.05 ที่สมาชิกในชมรมไม่มีรายได้เป็นของตนเอง ส่วนค่าใช้จ่ายครั้งแรกในการเข้าเป็นสมาชิกชมรม

ผู้สูงอายุพบว่า ร้อยละ 100 ต้องจ่ายค่าสมัครเป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุทุกคน ในด้านการศึกษาพบ ร้อยละ 100 จบการศึกษาระดับประถมศึกษา สำหรับฐานะของสมาชิกชมรมพบว่า เกือบทั้งหมดอยู่ในชั้นปานกลาง ร้อยละ 89.47 และมีฐานะลำบากต้องการการสงเคราะห์ถึง ร้อยละ 10.52 ด้านที่อยู่ของสมาชิกส่วนใหญ่ ใกล้กับที่ตั้งชมรม ร้อยละ 78.94 และร้อยละ 21.05 ที่อยู่ห่างไกลกับที่ตั้งชมรม

ตอนที่ 4 ข้อมูลการดำเนินงาน

ตาราง 10 จำนวนและร้อยละของการดำเนินงานของชมรมผู้สูงอายุ

ข้อมูลสมาชิกชมรม	จำนวน (ชมรม)	ร้อยละ (100.00)
ระเบียบข้อบังคับของชมรม		
มี	10	52.63
ไม่มี	9	47.36
แผนงานประจำปีของชมรม		
มี	4	21.05
ไม่มี	15	78.94
การประชุมของชมรมผู้สูงอายุ		
มี	19	100.00
ไม่มี	-	-
ตั้งแต่เริ่มดำเนินการ ชมรมเคยว่างเว้นจากการประชุมสมาชิกนานกว่า 3 เดือน		
เคย	7	36.84
ไม่เคย	12	63.15

จากตาราง 10 แสดงให้เห็นถึงระเบียบข้อบังคับของชมรม พบว่าชมรมผู้สูงอายุ มีระเบียบข้อบังคับของชมรม ร้อยละ 52.63 และไม่มีการจัดทำระเบียบข้อบังคับชมรม ร้อยละ 47.36 ส่วนการจัดทำแผนงานประจำปีมีเพียง ร้อยละ 21.05 เท่านั้นที่มีการจัดทำแผนงานประจำปี และไม่มีการจัดทำแผนงานประจำปี

ด้านการจัดประชุมของชมรมผู้สูงอายุ พบว่าชมรมผู้สูงอายุทั้งหมด คิดเป็นร้อยละ 100 มีการจัดประชุมประจำเดือน และส่วนใหญ่ไม่เคยว่างเว้นจากการประชุม ร้อยละ 63.15 มีเพียงร้อยละ 36.84 ที่เคยว่างเว้นจากการประชุมของสมาชิกชมรมผู้สูงอายุนานกว่า 3 เดือน

ตาราง 11 จำนวนและร้อยละของการเผยแพร่ข่าวสารของชมรม

การเผยแพร่ข่าวสาร	จำนวน (ชมรม)	ร้อยละ (100.00)
หอกระจายข่าว	6	11.00
เพื่อนสมาชิกผู้สูงอายุด้วยกัน	27	50.00
ประธานชมรมหรือคณะกรรมการ	48	88.90
เจ้าหน้าที่สาธารณสุข	47	87.00

จากตาราง 11 แสดงการเผยแพร่ข่าวสาร ความเคลื่อนไหวต่างๆ ให้สมาชิกได้ทราบจากประธานชมรมหรือคณะกรรมการ อยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 88.90 รองลงมา สมาชิกได้ทราบจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุข คิดเป็นร้อยละ 87.00 จากเพื่อนสมาชิกผู้สูงอายุด้วยกัน ร้อยละ 50.00 และจากหอกระจายข่าว ร้อยละ 11.00 ตามลำดับ

ตาราง 12 จำนวนและร้อยละของการสนับสนุนจากหน่วยงานอื่น

หน่วยงานที่ให้การสนับสนุน	จำนวน (ชมรม)	ร้อยละ (100.00)
เคยได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานของรัฐ	เคย	
	ไม่เคย	
	17	89.47
	2	10.52
มีเจ้าหน้าที่เข้ามาช่วยให้คำแนะนำ ปรีกษา	มี	
	ไม่มี	
	17	89.47
	2	10.52

ตาราง 12 จำนวนและร้อยละของการสนับสนุนจากหน่วยงานอื่น (ต่อ)

หน่วยงานที่ให้การสนับสนุน	จำนวน (ชมรม)	ร้อยละ (100.00)
หน่วยงานของรัฐ และเจ้าหน้าที่ของรัฐมีส่วนช่วยเหลือกิจกรรมของชมรม		
ให้ความช่วยเหลือเต็มที่	2	10.52
ให้ความช่วยเหลือตามสมควร / ตามโอกาส	15	78.94
ให้ความช่วยเหลือน้อย	2	10.52
ไม่ให้ความช่วยเหลือใดๆเลย	-	-
รัฐควรให้การสนับสนุนชมรมผู้สูงอายุ		
ควร	19	100.00
ไม่ควร	-	-
ความเพียงพอจากหน่วยงานที่ให้การสนับสนุน		
เพียงพอ	1	5.26
ไม่เพียงพอ	18	94.73

จากตาราง 12 ในด้านการได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานของรัฐ พบว่า ชมรมส่วนใหญ่คือ ร้อยละ 89.47 ได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานของรัฐ มีเพียงร้อยละ 10.52 ที่ไม่เคยได้รับการสนับสนุน และ ร้อยละ 89.47 เคยได้รับการแนะนำ ปรีกษาจากเจ้าหน้าที่ และร้อยละ 10.52 ไม่เคยได้รับคำแนะนำใดๆเลย โดยชมรมผู้สูงอายุมีความคิดเห็นว่า ระดับการช่วยเหลือของรัฐและเจ้าหน้าที่ส่วนใหญ่ให้การช่วยเหลือตามที่เห็นสมควรหรือตามแต่โอกาส รองลงมาคือ รัฐและเจ้าหน้าที่ให้ความช่วยเหลือเต็มที่ และให้ความช่วยเหลือน้อย คิดเป็นร้อยละ 10.52 เท่าๆกัน และจากการให้การสนับสนุนของรัฐและเจ้าหน้าที่นั้น พบว่า ชมรมยังได้รับการสนับสนุนที่ไม่เพียงพอ ร้อยละ 94.73 มีเพียงร้อยละ 5.26 เท่านั้นที่คิดว่าได้รับการสนับสนุนอย่างเพียงพอ

ตาราง 13 จำนวนและร้อยละของปัญหา อุปสรรคในการดำเนินงานชมรม

ปัญหา อุปสรรค	จำนวน (ชมรม)	ร้อยละ (100.00)
ขาดเงินทุน และงบประมาณดำเนินงาน	54	100.00
สมาชิกไม่มีส่วนร่วม	26	48.10
คณะกรรมการดำเนินงานไม่เข้มแข็ง ไม่มีเวลา	24	44.40
ที่ตั้งชมรมไม่เหมาะสม	12	22.00
ผู้นำหรือประธานชมรมไม่เข้มแข็ง	3	5.60
กิจกรรมไม่ตอบสนองความต้องการของสมาชิก	-	-

จากตาราง 13 ปัญหา อุปสรรคในการดำเนินงานชมรม พบว่า ปัญหา อุปสรรคด้านขาดเงินทุน และงบประมาณดำเนินงาน อยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 100 รองลงมาคือปัญหา อุปสรรค ด้านสมาชิกไม่มีส่วนร่วม ร้อยละ 48.10 ปัญหา อุปสรรคด้านคณะกรรมการดำเนินงานไม่เข้มแข็ง ไม่มีเวลา ร้อยละ 24 ปัญหาที่ตั้งชมรมไม่เหมาะสม ร้อยละ 22.00 และปัญหาผู้นำหรือประธานชมรมไม่เข้มแข็ง ร้อยละ 5.60 ตามลำดับ

3. รูปแบบและการดำเนินงานของชมรมผู้สูงอายุที่เข้มแข็ง : ชมรมผู้สูงอายุคลินิกศูนย์เวชปฏิบัติครอบครัวบ้านโพธิ์

จากการศึกษาและสำรวจข้อมูลพื้นฐานชมรมผู้สูงอายุอำเภอปากพะยูน พบว่าในอำเภอปากพะยูนมีชมรมผู้สูงอายุจำนวน 19 ชมรม ในจำนวนชมรมผู้สูงอายุทั้งหมดนั้น มีชมรมผู้สูงอายุที่มีความเข้มแข็งเป็นชมรมที่ประสบความสำเร็จ ได้รับการยอมรับจากชมรมผู้สูงอายุอื่นๆ และได้รับรางวัลจากทางจังหวัดให้เป็นชมรมผู้สูงอายุดีเด่นประจำอำเภออีกด้วย ซึ่งชมรมผู้สูงอายุแห่งนี้ถือว่าเป็นชมรมที่เข้มแข็งที่ควรจะนำมาเป็นต้นแบบในการดำเนินงานให้ชมรมผู้สูงอายุอื่นๆ ในอำเภอปากพะยูนได้นำรูปแบบและวิธีการดำเนินงานมาปรับใช้กับชมรมผู้สูงอายุของตนเอง ซึ่งชมรมผู้สูงอายุแห่งนี้ คือ ชมรมผู้สูงอายุคลินิกศูนย์เวชปฏิบัติครอบครัวบ้านโพธิ์

3.1 ข้อมูลบริบทของหมู่บ้าน บ้านโพธิ์

ตามประวัติที่มีการเล่าต่อกันมาและตามการบอกเล่าของผู้สูงอายุบางท่าน ได้เล่าให้ฟังว่าชื่อของหมู่บ้านมาจากชื่อของต้นไม้ชนิดหนึ่งที่เรียกกันว่าต้นโพธิ์แต่ก่อนนั้น ในเขตพื้นที่บริเวณนี้มีต้นโพธิ์ใหญ่หลายต้น โดยเฉพาะที่หน้าวัดจะเป็นต้นโพธิ์ที่มีอายุเป็นร้อยปียืนต้นตระหง่าอย่างโดดเด่น เล่ากันว่าผู้ที่ออกทะเลหาปลาในเวลากลางคืน ถ้าหากว่าหลงทางหาทางกลับเข้าฝั่งไม่ถูก ก็จะยึดยอดของต้นโพธิ์เป็นหลัก หรือผู้ที่โดยสารมากับเรือโดยสาร จะคว้าเรือที่วิ่งมาถึงที่ไหนก็จะใช้สัญลักษณ์ของต้นโพธิ์เป็นเครื่องกระยะทาง จึงได้เปลี่ยนจากต้นโพธิ์มาเป็นบ้านโพธิ์ หรืออีกนัยหนึ่งเล่าว่ามีต้นโพธิ์ขนาดใหญ่มากตั้งอยู่ที่กลางหมู่บ้าน และสถานที่ตรงจุดนี้คนในหมู่บ้านจะใช้เป็นสถานที่ส่วนรวมในการพบปะพูดคุย ขายของ มีการเล่นต่างๆ เช่น ฟันอ้อย อีกลึง หรือมอญซ่อนผ้า จนผู้คนในสมัยนั้นได้กำหนดชื่อของหมู่บ้านว่า บ้านโพธิ์ (คลินิกศูนย์เวชปฏิบัติครอบครัวบ้านโพธิ์ อำเภอปากพะยูน จังหวัดพัทลุง : 2549)

ความเป็นอยู่ของคนในชุมชนมีลักษณะแยกกันอยู่เป็นกลุ่มๆ ซึ่งพอสรุปได้คือ

3.1.1 กลุ่มบ้านโพธิ์ออก (บ้านออก) มีบ้านเรือนอยู่ประมาณ 20 ครัวเรือน โดยอพยพมาจากบ้านท่าออก (พรวน ท่าหิน)

3.1.2 กลุ่มบ้านโพธิ์ตก จะเป็นคนดั้งเดิมหรือคนในพื้นที่ มีบ้านเรือนอยู่ประมาณ 20-25 ครัวเรือน ตอนหลังมีการอพยพมาจากเมืองตะกั่ว

3.1.3 กลุ่มบ้านเหมืองตะกั่ว มีบ้านเรือนอยู่ประมาณ 10 ครัวเรือน ในกลุ่มบ้านนี้มีคนที่นับถือศาสนาอิสลามเข้ามาตั้งถิ่นฐานอยู่ แต่ต่อมาเกิดโรคระบาดจึงได้ย้ายกันไปอยู่ที่อื่น เหลืออยู่เพียงไม่กี่ครัวเรือน

3.1.4 กลุ่มบ้านขามจัน เป็นกลุ่มบ้านที่มีการตั้งบ้านเรือนอยู่ตามท้องนา ตามสวน มีอยู่ประมาณ 9 ครัวเรือน และมีคนจีนอาศัยอยู่ด้วย

ในสมัยนั้นอาศัยการเดินเท้าในการขนส่งสินค้าไปขายซึ่งมีการเชื่อมโยงกันกับตำบลหารเทา ตำบลโคกทราย สินค้าที่นำไปขายคือ หมาก พลุ คนในหมู่บ้านนี้จะมีอาชีพขายหมาก พลุเป็นอาชีพหลัก และจะทำกันทุกครัวเรือน จนมีคำกล่าวเป็นสำนวนว่า “บ้านโพธิ์พลุขอ พรหมอพลูซื้อ” เนื่องจากการปลุกกันมาก เมื่อถึงประเพณีต่างๆจะมีคนจากอำเภอหรือจังหวัดใกล้เคียงมาขอพลุที่บ้านโพธิ์ (ระนอง ชัยโยธา(สัมภาษณ์), 19 กรกฎาคม 2551)

3.2 รูปแบบและการดำเนินงานของชมรมผู้สูงอายุคลินิกศูนย์เวชปฏิบัติครอบครัวบ้านโพธิ์

ชมรมผู้สูงอายุคลินิกศูนย์เวชปฏิบัติครอบครัวบ้านโพธิ์ ตั้งอยู่ ณ คลินิกศูนย์เวชปฏิบัติครอบครัวบ้านโพธิ์ หมู่ที่ 4 บ้านบ้านโพธิ์ ตำบลปากพะยูน อำเภอปากพะยูน จังหวัดพัทลุง ชมรมผู้สูงอายุแห่งนี้ถือว่าเป็นชมรมที่เข้มแข็ง เป็นชมรมที่ประสบความสำเร็จ ได้รับการยอมรับจากชมรมผู้สูงอายุอื่นๆ และได้รับรางวัลจากทางจังหวัดให้เป็นชมรมผู้สูงอายุดีเด่นประจำอำเภออีกด้วย ซึ่งเป็นชมรมผู้สูงอายุที่ควรนำไปเป็นต้นแบบในการดำเนินงาน เพื่อให้ชมรมผู้สูงอายุอื่นๆ ในอำเภอปากพะยูน ได้รู้จักนำรูปแบบและวิธีการดำเนินงานมาปรับใช้กับชมรมผู้สูงอายุของตนเองให้มีความเข้มแข็งต่อไป

ประวัติความเป็นมา

ชมรมผู้สูงอายุคลินิกศูนย์เวชปฏิบัติครอบครัวบ้านโพธิ์ ได้ดำเนินการก่อตั้งเมื่อวันที่ 4 สิงหาคม พ.ศ. 2547 ณ คลินิกศูนย์เวชปฏิบัติครอบครัวบ้านโพธิ์ โดยมีเจ้าหน้าที่สาธารณสุขเป็นผู้ริเริ่ม ซึ่งเป็นการดำเนินการตามนโยบายของกระทรวงสาธารณสุขที่ต้องการให้แต่ละอำเภอมีการจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุขึ้น และการตระหนักถึงความสำคัญของผู้สูงอายุในด้านสุขภาพทางกายและสุขภาพทางจิตใจ ว่าทำอะไรให้ชราอย่างช้าๆ ชราอย่างมีคุณภาพ ลูกหลานไม่เบื่อหน่าย ไม่ทอดทิ้ง ทำอย่างไรให้ผู้สูงอายุได้ตื่นตัวในเรื่องการกิน การออกกำลังกาย การตรวจสุขภาพเพื่อเฝ้าระวังโรคภัยต่างๆ ให้มากขึ้น ผู้สูงอายุจึงเริ่มหันมารวมกลุ่มเป็นชมรมเพื่อทำกิจกรรมต่างๆ

ชมรมผู้สูงอายุคลินิกศูนย์เวชปฏิบัติครอบครัวบ้านโพธิ์ จัดตั้งขึ้นเพื่อรวมกลุ่มกันดูแลสุขภาพของตนเองและสมาชิกให้มีสุขภาพที่ดี เพื่อรวมกลุ่มกันทำกิจกรรมต่างๆ อันก่อให้เกิดประโยชน์แก่สมาชิกและสังคม เพื่อเป็นหลักประกันให้แหล่งเงินต่างๆ มั่นใจที่สนับสนุนงบประมาณ มาสนับสนุนการทำกิจกรรม เพื่อได้มีเพื่อนมาแก้เหงา คลายเครียด ช่วยเหลือกันยามสุขทุกข์ เพื่อเสริมความรู้ให้มีภูมิปัญญามากขึ้น โดยวิทยากร เอกสาร แหล่งเรียนรู้ เพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างสมาชิกด้วยกัน

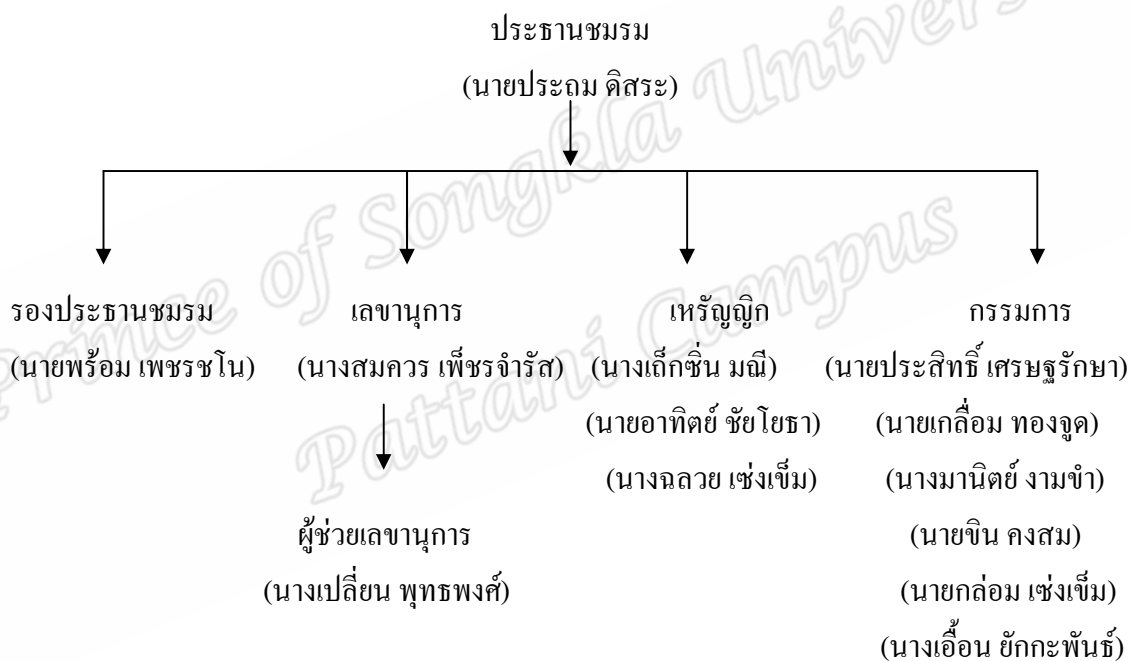
เป้าหมายที่ทางชมรมผู้สูงอายุแห่งนี้ต้องการ คือ ต้องเป็นชมรมผู้สูงอายุที่มีความเข้มแข็ง มีคุณภาพ เป็นชมรมของผู้สูงอายุ โดยผู้สูงอายุ เพื่อผู้สูงอายุและสังคม ต้องทำกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่องอย่างน้อยเดือนละ 1 กิจกรรม ต้องเป็นเครือข่ายของสาขาสภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทยฯ เพื่อจะได้ติดตามที่สภาฯ กำหนด ต้องให้สมาชิกทุกคนได้มีการตรวจสุขภาพ และมีสมุดบันทึกสุขภาพ

เป็นประจำ ต้องให้หน่วยงานต่างๆที่เกี่ยวข้องสนับสนุนตามสิทธิที่พึงได้ และต้องให้สมาชิกได้ช่วยเหลือตนเองและผู้อื่น

โครงสร้างการดำเนินงานของชมรม

การดำเนินงานของชมรมผู้สูงอายุแห่งนี้ มีโครงสร้างในการดำเนินงานประกอบด้วย คณะกรรมการบริหารชมรม สมาชิกชมรม และเจ้าหน้าที่ประสานภายในชมรม

คณะกรรมการบริหารชมรมผู้สูงอายุคลินิกศูนย์เวชปฏิบัติครอบครัวบ้านโพธิ์ในปัจจุบัน ใช้วิธีการจัดการดำเนินงานโดยแบ่งตามหน้าที่ หรือลักษณะงานที่ต้องทำโดยอาศัยความถนัดของแต่ละบุคคล เพื่อประโยชน์สูงสุดของชมรม มีจำนวน 13 คน ดังภาพประกอบ 5



ภาพประกอบ 5 โครงสร้างคณะกรรมการบริหารชมรม

ปัจจุบันชมรมผู้สูงอายุคลินิกศูนย์เวชปฏิบัติครอบครัวบ้านโพธิ์ มีสมาชิกทั้งหมด 242 คน แยกเป็นผู้สูงอายุชาย จำนวน 101 คน ผู้สูงอายุหญิง จำนวน 141 คน โดยจำนวนสมาชิกทั้งหมดมีโครงสร้างอายุ ดังนี้ อายุต่ำกว่า 60 ปี มีจำนวน 14 คน อายุระหว่าง 60-70 ปี มีจำนวน 120 คน อายุระหว่าง 71-80 ปี มีจำนวน 84 คน อายุ 81 ปีขึ้นไป มีจำนวน 24 คน

โดยในระยะแรกมีการส่งหนังสือเชิญผู้สูงอายุ และการประชาสัมพันธ์โดยใช้เสียงตามสายของหอกระจายข่าวในหมู่บ้านประกาศให้ผู้สูงอายุไปร่วมประชุมกันที่คลินิกศูนย์เวชปฏิบัติครอบครัวบ้านโพธิ์ เพื่อชี้แจงรายละเอียดของการประชุม หรือกันในเรื่องการจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุและการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ ในครั้งนั้นได้มีการคัดเลือก นายประถม คีสระ เป็นประธานชมรมผู้สูงอายุ และได้เลือกตั้งคณะกรรมการบริหารชมรมผู้สูงอายุ โดยสมาชิกจะเป็นผู้คัดเลือกโดยใช้วิธีการเสนอชื่อแล้วโหวตโดยการยกมือ หลังจากนั้นทั้งสมาชิกและคณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุได้จัดทำระเบียบข้อบังคับของชมรมร่วมกัน ซึ่งระเบียบนี้มีชื่อว่า ระเบียบชมรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุคลินิกศูนย์เวชปฏิบัติครอบครัวบ้านโพธิ์ ประกอบด้วย 6 หมวด ดังนี้

หมวดที่ 1 หลักการ เหตุผล และความจำเป็น

หมวดที่ 2 ชื่อ ที่ตั้ง เครื่องหมาย

หมวดที่ 3 วัตถุประสงค์และเป้าหมาย

หมวดที่ 4 สมาชิก กรรมการ

หมวดที่ 5 การเงิน

หมวดที่ 6 กิจกรรมของชมรม

การรับสมัครสมาชิกของชมรมผู้สูงอายุ ได้เปิดรับสมาชิกที่มีอายุตั้งแต่ 55 ปีขึ้นไป จากผู้สูงอายุในพื้นที่ หมู่ที่ 2 หมู่ที่ 4 หมู่ที่ 6 ตำบลปากพะยูน ทั้งที่ช่วยเหลือตนเองได้และช่วยเหลือตนเองไม่ได้ทุกคน โดยแบ่งการรับสมัครของชมรมเป็น 3 ประเภท คือ 1) สมาชิกโดยไม่จ่ายค่าสมัคร 2) สมาชิกโดยจ่ายค่าสมัคร รายปีๆละ 100 บาท 3) สมาชิกโดยจ่ายค่าสมัครตลอดชีพ 300 บาท ต่อไปจ่ายปีละ 10 บาท ปัจจุบันชมรมผู้สูงอายุมีสมาชิกทั้งหมด 242 คน แยกเป็นผู้สูงอายุชาย จำนวน 101 คน ผู้สูงอายุหญิง จำนวน 141 คน โดยจำนวนสมาชิกทั้งหมดมีโครงสร้างอายุ ดังนี้ อายุต่ำกว่า 60 ปี มีจำนวน 14 คน อายุระหว่าง 60-70 ปี มีจำนวน 120 คน อายุระหว่าง 71-80 ปี มีจำนวน 84 คน อายุ 81 ปีขึ้นไป มีจำนวน 24 คน สาเหตุที่ชมรมผู้สูงแห่งนี้รับผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 55 ปีขึ้นไปนั้น เพื่อต้องการที่จะให้สมาชิกที่มีอายุตั้งแต่ 55 ปี ได้เข้ามาช่วยดูแลในเรื่องของการจัดการด้านการทำหนังสือต่างๆ เพราะผู้สูงอายุบางคนมีปัญหาทางด้านสายตา ด้านการอ่าน และการเขียน เมื่อได้ผู้ที่มีอายุ 55 ปีเข้ามาก็สามารถแก้ปัญหาเหล่านี้ได้มาก

การรับสมัครสมาชิกของชมรม ในระยะแรกของชมรมผู้สูงอายุได้รับสมัครสมาชิกในวันที่ผู้สูงอายุไปร่วมกิจกรรมที่คลินิกศูนย์เวชปฏิบัติครอบครัวบ้านโพธิ์ โดยเจ้าหน้าที่สาธารณสุขเป็นผู้รับสมัคร มีการจัดทำทะเบียนสมาชิก และมีการประชาสัมพันธ์ผ่านทางกลุ่มผู้สูงอายุให้ไปบอกต่อ เชิญชวนให้เข้าร่วมเป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ ทางชมรมผู้สูงอายุจะเปิดรับสมัครให้ผู้สูงอายุที่ยังไม่ได้เป็น

สมาชิกเข้าเป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุปีละ 1 ครั้ง ส่วนผู้สูงอายุบางท่านที่เพิ่งเข้ามาร่วมเป็นสมาชิกนั้น บางท่านเข้ามาร่วมตามเพื่อนที่ชักชวน

การคัดเลือกกรรมการบริหารชมรมผู้สูงอายุ จะคัดเลือกจากสมาชิกชมรมผู้สูงอายุโดยใช้วิธีให้สมาชิกเสนอชื่อแล้วโหวตโดยการยกมือ ซึ่งประกอบด้วย ประธานชมรมผู้สูงอายุ รองประธาน เลขานุการ ผู้ช่วยเลขานุการ เภรัญญิก และคณะกรรมการ จำนวนทั้งหมด 13 คน อยู่ในตำแหน่งวาระละ 2 ปี เมื่อครบกำหนดตามระเบียบข้อบังคับชมรมจะมีการเลือกตั้งคณะกรรมการชุดใหม่เพื่อมาดำเนินการแทนคณะกรรมการชุดเดิม ซึ่งในขณะนี้ได้ครบกำหนดตามวาระมาแล้ว 2 ครั้ง ซึ่งชมรมผู้สูงอายุแห่งนี้ได้มีการเลือกตั้งคณะกรรมการบริหารชมรมชุดใหม่เสมอเมื่อครบวาระตามระเบียบของชมรม แต่ในส่วนของประธานชมรมสมาชิกทุกคนจะมีความเห็นเสนอชื่อให้ประธานคนเดิม คือ นาย ประถม ดิสระ ดำรงตำแหน่งต่อไป เพราะทุกคนมีความเห็นตรงกันว่าประธานคนเดิมทำหน้าที่ประธานได้ดีมาก ได้รับการยอมรับและได้รับความไว้วางใจจากสมาชิก จึงเสนอชื่อให้ได้รับการคัดเลือกทุกครั้ง ซึ่งได้มีผู้ให้ข้อมูลสนับสนุนดังนี้

“...ตอนคัดเลือกคณะกรรมการ เราต้องคุนง ต้องเลือกคนที่เสียสละ ตั้งใจทำงาน มีเวลาให้ชมรม ไม่ใช่ดูที่ว่าเป็นคนรวย แค่มิเงิน...”

(ประถม ดิสระ (สัมภาษณ์), 23 เมษายน 2551)

“...ประธานคนเดิมนะดีแล้ว ทำงานดี ทำงานเก่ง ชาวบ้านเค้ายอมรับกันมาก...”

(กิมห้อง กิมาคม(สัมภาษณ์), 23 เมษายน 2551)

“...ลุงถม เป็นคนเก่ง ตั้งใจทำงาน เป็นประธานมาตั้งแต่ตั้งชมรม พอเลือกคนใหม่ พวกเราก็ยังเลือกลุงถมให้ทำหน้าที่ประธานต่อ...”

(ศุภกร พุทธพงศ์ (สัมภาษณ์), 23 เมษายน 2551)

ในส่วนแผนงานประจำปีนั้น มีการจัดทำบ้างหรือไม่ได้ทำบ้างแล้วแต่ความพร้อมของคณะกรรมการและเจ้าหน้าที่ เพราะว่าแผนงานในแต่ละปีนั้นจะจัดกิจกรรมเหมือนๆเดิม ถ้าปีใดมีการจัดทำแผนประจำปี ทางชมรมก็จะมีการประชุมเพื่อที่จะกำหนดแผนงานประจำปีโดยมีคณะกรรมการ

และเจ้าหน้าที่สาธารณสุขที่เป็นผู้ประสานงานประจำชมรมจะมาร่วมกันปรึกษาถึงแผนงานประจำปีว่าในแต่ละเดือนนั้นควรจัดกิจกรรมใดบ้างที่เป็นประโยชน์ต่อสมาชิก โดยคำนึงว่าในเดือนนั้นๆมีวันใดบ้างที่เป็นวันสำคัญที่ต้องจัดกิจกรรม เช่น ในเดือนกุมภาพันธ์ มีวันสำคัญคือ วันมาฆบูชา ก็จะจัดกิจกรรมให้สมาชิกได้มาทำบุญตักบาตรร่วมกัน ส่วนในเดือนเมษายนก็มีวันสงกรานต์ และถือว่าเป็นวันผู้สูงอายุ จะมีกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุที่ต้องจัดทุกปีคือการรดน้ำคำหัวผู้สูงอายุ เป็นต้น นอกจากนี้ถ้ามีหนังสือราชการที่ส่งมาหลังจากการจัดทำแผนงานประจำปีแล้ว ทางเจ้าหน้าที่และคณะกรรมการก็จะดูว่าจะนำโครงการหรือกิจกรรมที่ทางหน่วยงานหรือราชการมาจัดในช่วงเดือนไหน ที่เหมาะสม หรือมีความเร่งด่วนที่จะส่งผลกระทบต่อสมาชิกชมรมอย่างไรก็จะรีบดำเนินงานทันที

การบริหารจัดการ

การบริหารจัดการมีความสำคัญต่อความเจริญก้าวหน้าหรือเสื่อมสลายขององค์กร หากองค์กรใดมีการบริหารจัดการที่ดี การปฏิบัติงานก็บรรลุผลสำเร็จตามวัตถุประสงค์และเป้าหมายขององค์กร

การบริหารจัดการ หมายถึง กระบวนการในการนำเอาทรัพยากร เช่น คน เงิน วัสดุสิ่งของ และการจัดการ มาประกอบการตามกระบวนการบริหารให้บรรลุวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้อย่างมีประสิทธิภาพ เพื่อประโยชน์สำหรับทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง

ในการดำเนินการบริหารจัดการของชมรมผู้สูงอายุคลินิกศูนย์เวชปฏิบัติครอบครัวบ้านโพธิ์ ได้การบริหารจัดการตามปัจจัยพื้นฐานทางการบริหาร 4 อย่าง คือ คน เงิน วัสดุสิ่งของ และการจัดการ โดยใช้กระบวนการบริหาร คือการวางแผนเพื่อการปฏิบัติงาน ได้แก่ การจัดแบ่งงาน รวมทั้งวัสดุอุปกรณ์และกำลังคนไปตามหน้าที่ของงาน การบังคับบัญชาและสั่งการแก่บุคคลในหน่วยงาน การประสานงานระหว่างบุคคลในหน่วยงาน การควบคุมให้งานดำเนินไปตามที่กำหนด ซึ่งนอกจากนี้ผู้นำหรือประธานชมรมแห่งนี้ยังได้ศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมในเรื่องการบริหาร การจัดการ มีความตั้งใจจริงมีการคิดค้นและพัฒนาให้เกิดทางเลือกในการดำเนินกิจกรรมที่หลากหลาย มีความสัมพันธ์ที่ส่งเสริมหนุนซึ่งกันและกันในชมรม รวมทั้งเปิดโอกาสรับการฝึกฝนและอบรม เป็นอีกประเด็นที่สร้างความเข้มแข็งให้กับชมรม ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ สุชาติ ทวีสิทธิ์ (อ้างใน วันทนีย์ จันทร์เอี่ยม, 2543: 41) ที่ให้ความคิดเห็นว่า องค์กรชุมชนนั้นเปรียบเสมือนสิ่งมีชีวิต มีสภาวะขึ้นลง คือเจริญสูงสุดและเสื่อมสลาย ปัญหาจึงอยู่ที่ว่าทำอย่างไรจึงจะรักษาองค์กรชุมชนนั้นไว้ เพื่อให้การพัฒนาจากรากแก้วบนพื้นฐานความต้องการของประชาชนนั้นคงอยู่ นักพัฒนาที่ให้ความสำคัญกับการพัฒนาโดยองค์กรชุมชนได้วิเคราะห์ปัจจัยที่จำเป็นที่จะช่วยในการดำรงอยู่อย่างมีประสิทธิภาพไว้ดังนี้

- การให้การศึกษาและฝึกอบรมอย่างเจาะลึกและต่อเนื่องแก่องค์กรชุมชน
- การดำเนินกิจกรรมและโครงการอย่างต่อเนื่องและชัดเจน
- กลุ่มทำงานควรมีแรงจูงใจ และมีจิตสำนึกของการเป็นผู้นำและพร้อมจะนำเสนอสถานการณ์ความต้องการของประชาชนให้รัฐบาลได้รับรู้
- การสร้างความสัมพันธ์และเครือข่ายระหว่างองค์กรชุมชนด้วยกันเอง
- การกำหนดเป้าหมายในอนาคตขององค์กรชุมชนไว้อย่างชัดเจน

การมีส่วนร่วมในการดำเนินกิจกรรม

ส่วนการดำเนินงานด้านกิจกรรม จากระเบียบข้อบังคับชมรมผู้สูงอายุที่กำหนดไว้ ชมรมต้องจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ และกิจกรรมอื่นอย่างต่อเนื่อง ตามความสามารถ ความเหมาะสม ความพร้อม ศักยภาพของชมรมที่สามารถทำได้ เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดีให้ผู้สูงอายุอยู่อย่างสมศักดิ์ศรี แก่อย่างสง่า ชราอย่างมีคุณภาพ ชะลอความแก่ ความเจ็บ ความตาย มีสุขภาพกาย สุขภาพจิต อารมณ์ และ ได้ทำประโยชน์แก่สังคมอย่างต่อเนื่อง ในการดำเนินงานกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุคลินิกศูนย์เวชปฏิบัติครอบครัวบ้านโพธิ์ ที่ผ่านมามีกิจกรรมที่ทางคณะกรรมการและเจ้าหน้าที่ได้ร่วมกัน เป็นผู้กำหนดรูปแบบของกิจกรรมที่สามารถตอบสนองความต้องการของสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ ตามหลักการของระเบียบข้อบังคับชมรม ได้แก่ กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพพลานามัย กิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย กิจกรรมการร้องเพลงและดนตรี กิจกรรมทัศนศึกษา กิจกรรมทางศาสนาและวัฒนธรรม กิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์ กิจกรรมฌาปนกิจสงเคราะห์ กิจกรรมเสริมความรู้ทั่วไป กิจกรรมนันทนาการ และกิจกรรมหาทุน ซึ่งกิจกรรมที่ทางกลุ่มผู้สูงอายุทำร่วมกันมีหลายกิจกรรม ดังนี้

1. กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพพลานามัย และกิจกรรมเสริมความรู้ทั่วไป

เป็นกิจกรรมการตรวจสุขภาพผู้สูงอายุ โดยเป็นการตรวจสุขภาพประจำเดือน ทางเจ้าหน้าที่จะมีสมุดบันทึกการตรวจสุขภาพประจำตัวสำหรับสมาชิกทุกคน ส่วนการตรวจสุขภาพประจำปี จะมีการทดสอบสมรรถภาพของร่างกาย ตรวจความดันโลหิต โรค มีกิจกรรมงดสูบบุหรี่ในวันพระ หรือ ลด ละ เลิก ในการตรวจสุขภาพของผู้สูงอายุ จะนัดตรวจกันทุกวันที่ 15 ของทุกเดือน หากวันที่ 15 ของเดือนตรงกับวันหยุด หรือวันเสาร์ – อาทิตย์ จะเลื่อนออกไปเป็นวันถัดไปและจะมีการประชาสัมพันธ์ผ่านทางหอกระจายข่าวประจำหมู่บ้าน สถานที่ที่ใช้ในการตรวจสุขภาพจะใช้สถานที่ที่คลินิกศูนย์เวชปฏิบัติครอบครัวบ้านโพธิ์ หรือสถานที่เดียวกับที่ตั้งชมรมผู้สูงอายุ โดยจัดให้มีเจ้าหน้าที่สาธารณสุขประจำคลินิกศูนย์เวชปฏิบัติครอบครัวบ้านโพธิ์มาทำหน้าที่ในการตรวจสุขภาพให้กับผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุที่มา

การตรวจสุขภาพทุกคนจะมีสมุดบันทึกประวัติการตรวจสุขภาพ เริ่มแรกจะเป็นการซักประวัติทั่วไป ต่อด้วยการชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง วัดความดันโลหิต วัดชีพจร วัดไข้ ตรวจฟังปอดและหัวใจ และตรวจเลือด เมื่อตรวจสุขภาพผู้สูงอายุรายใดที่มีอาการเพียงเล็กน้อย เจ้าหน้าที่สาธารณสุขก็จะจ่ายยาให้ ในส่วนผู้สูงอายุที่พบอาการผิดปกติจะส่งตัวไปพบแพทย์เพื่อทำการตรวจซ้ำอีกครั้งหนึ่ง การรักษาพยาบาลผู้สูงอายุจะให้บริการฟรีโดยไม่เก็บค่ายาและค่าบริการทางการแพทย์ หลังจากที่ตรวจสุขภาพเสร็จหมดแล้วทุกคน ก็จะเป็นกิจกรรมเสริมความรู้ทั่วไปเข้ามาเสริมเพื่อไม่เป็นการเสียเวลาที่สมาชิกได้มารวมกัน โดยเจ้าหน้าที่จะให้ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ เช่น โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคปวดข้อ การรับประทานอาหารที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการใช้ยา ความรู้เกี่ยวกับโรคผู้สูงอายุ ความรู้เกี่ยวกับการอยู่ร่วมกันในครอบครัวระหว่างญาติ เป็นต้น

2. กิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย

การออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ เป็นกิจกรรมที่ทางคณะกรรมการและเจ้าหน้าที่จัดขึ้นเพื่อเป็นการส่งเสริมสุขภาพให้กับผู้สูงอายุ และให้ผู้สูงอายุนำไปฝึกปฏิบัติได้ในชีวิตประจำวัน โดยจัดให้มีการออกกำลังกายอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 วัน วันละ 20 นาที จะจัดให้มีการเล่นเกม ออกกำลังกายแบบโยคะ ออกกำลังกายแบบแอโรบิกสำหรับผู้สูงอายุ สำหรับผู้ที่จะนำการออกกำลังกายได้ผ่านการอบรมหลักสูตรการออกกำลังกาย โดยใช้ลานสนามหน้าคลินิกศูนย์เวชปฏิบัติครอบครัวบ้านโพธิ์เป็นสถานที่ออกกำลังกาย ก่อนที่จะออกกำลังกาย เจ้าหน้าที่จะให้ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย เพื่อเป็นการแนะนำข้อปฏิบัติในการออกกำลังกายให้กับผู้สูงอายุ จากนั้นจะเป็นการอบอุ่นร่างกาย เช่น การยกแขน ยกขา การหมุนคอ ตามจังหวะเพลงประมาณ 5 นาที จึงจะเข้าสู่การออกกำลังกายตามแบบของการรำไทเก๊ก การออกกำลังกายแบบไม้เท้าป้าบุญมี และการเล่นโยคะ สลับกันไปในแต่ละเดือนว่าผู้สูงอายุต้องการที่จะออกกำลังกายแบบไหน เพราะผู้สูงอายุจะเบื่อง่ายเลยต้องมีการสลับกันตามที่ผู้สูงอายุต้องการ โดยจะใช้เวลาประมาณ 20 นาที เพราะถ้าออกมากเกินไปจะทำให้ผู้สูงอายุอ่อนล้าได้

สำหรับกิจกรรมกีฬาของชมรมผู้สูงอายุนั้นจะมีทั้งกีฬาภายในชมรมผู้สูงอายุเอง กีฬาชมรมผู้สูงอายุภายในอำเภอ และกีฬาชมรมผู้สูงอายุจังหวัดพัทลุง กิจกรรมการแข่งขันกีฬาของทางชมรมที่จัดขึ้นนั้น มีวัตถุประสงค์เพื่อให้สมาชิกทุกคนได้มาพบปะสังสรรค์ แลกเปลี่ยนความคิดเห็น ทำกิจกรรมร่วมกัน ได้เล่นเกมเล่นกีฬาเพื่อความสนุกสนาน ร่วมรับประทานอาหารในเชิงพบปะสังสรรค์ และยังถือว่าได้เป็นการออกกำลังกายอีกด้วย ในการเลือกเกมการเล่นจะเป็นหน้าที่ของเจ้าหน้าที่สาธารณสุขที่จะคัดเลือกเกมที่เห็นว่าผู้สูงอายุสามารถเล่นได้ ไม่ทำให้ผู้สูงอายุเหนื่อยจนเกินไป และต้องเป็นเกมที่ใช้ความคิดในการเล่น ในส่วนกีฬาชมรมผู้สูงอายุภายในอำเภอและกีฬาผู้สูงอายุจังหวัดพัทลุงนั้น จะมี

ลักษณะที่คล้ายๆกัน จะมีการเดินขบวนพาเหรดโดยผู้สูงอายุจะทำกิจกรรมทุกอย่างด้วยตัวเอง เช่น การแต่งตัว การเล่นดนตรี การคิดทำที่จะใช้ในการเดินพาเหรด จะมีเจ้าหน้าที่เข้ามาช่วยบ้างเพื่อเป็นการช่วยเหลือ ช่วยคิดในสิ่งที่ผู้สูงอายุไม่สามารถทำได้ จากนั้นจะมีประธานซึ่งอาจเป็นนายอำเภอ หรือผู้ว่าราชการจังหวัด หรือประธานชมรมผู้สูงอายุประจำจังหวัด หรือบุคคลใดก็ได้ที่เกี่ยวข้องกับชมรมผู้สูงอายุ ได้กล่าวเปิดพิธีการแข่งขันกีฬาชมรมผู้สูงอายุ จากนั้นจะมีการแสดงจากตัวแทนของแต่ละชมรมหรืออำเภอ ต่อด้วยการแข่งขันกีฬาและพักรับประทานอาหารร่วมกัน ในช่วงเวลานี้จะเป็นเวลาที่ผู้สูงอายุได้พูดคุยและทำความรู้จักกับผู้สูงอายุจากชมรมอื่นๆทำให้เป็นการสร้างสัมพันธ์ไมตรีต่อกันได้แลกเปลี่ยนความรู้ ทำให้มีเพื่อนใหม่ๆเพิ่มขึ้นด้วย

3. กิจกรรมฌาปนกิจสงเคราะห์

กิจกรรมในส่วนนี้ของชมรมนอกจากจะเป็นการช่วยเหลือผู้สูงอายุที่ถึงแก่กรรมแล้ว ยังรวมถึงโครงการไปเยี่ยมเยียนผู้สูงอายุคนอื่นๆที่เจ็บป่วย เยี่ยมสมาชิกที่ป่วยถาวร ช่วยเหลือสมาชิกที่ประสบภัยพิบัติ โดยการให้ตัวแทนสมาชิกชมรม หรือคณะกรรมการของชมรมผู้สูงอายุไปเยี่ยมผู้ที่เจ็บป่วยสำหรับสมาชิกโดยการสมัครเป็นสมาชิกที่จ่ายเงินค่าสมัคร มีสิทธิได้รับการช่วยเหลือเมื่อนอนป่วยในโรงพยาบาล 1 ครั้งต่อปี เป็นจำนวนเงิน 200 บาท ส่วนการช่วยเหลือสมาชิกที่ถึงแก่กรรมโดยการสมัครเป็นสมาชิกที่จ่ายเงินค่าสมัคร มีสิทธิได้รับเงินค่าฌาปนกิจ โดยคิดจากยอดจำนวนสมาชิกคนละ 10 บาท เพื่อนำไปทำบุญและซื้อพวงหรีดให้ 1 พวง และร่วมเป็นเจ้าภาพสวดอภิธรรมศพรายละ 400 บาท ซึ่งตั้งแต่ก่อตั้งชมรมผู้สูงอายุมาจนถึงปัจจุบันได้จ่ายเงินในการช่วยเหลือสมาชิกที่ถึงแก่กรรม จำนวน 4 ราย ทำให้ผู้สูงอายุคนอื่นๆที่ยังไม่ได้เข้าร่วมเป็นสมาชิกได้เห็นถึงรูปธรรมในการจัดการของชมรมได้ชัด ทำให้มีผู้สมัครเข้าเป็นสมาชิกจำนวนเพิ่มมากขึ้น

นอกจากนี้กิจกรรมในงานฌาปนกิจศพนั้น เมื่อมีผู้เสียชีวิตในหมู่บ้าน ทั้งสมาชิกชมรมผู้สูงอายุและชาวบ้านในหมู่บ้านทุกคนจะมาช่วยเหลือกัน ไม่มีใครไปบอกกล่าว ร้องขอ หรือการส่งบัตรเชิญ ยิ่งถ้าผู้ตายเป็นสมาชิกของชมรมผู้สูงอายุด้วยแล้วนั้น ประธานชมรมจะคอยควบคุมดูแลประสานงานกับกลุ่มกิจกรรมต่างๆที่มีอยู่ในชุมชนคอยช่วยเหลือดำเนินการในงานศพแต่ละครั้ง ส่วนใหญ่มีการประสานงานทั้งที่เป็นทางการและไม่เป็นทางการ โดยจะประสานงานกันในระหว่างเครือญาติก่อน ทำให้ง่ายในการปฏิบัติเพราะความเป็นญาติพี่น้องกันนั่นเอง การขอให้ดำเนินการอะไรแล้วแต่ส่วนใหญ่จะไม่ปฏิเสธระหว่างกัน ด้วยความผูกพันกันก็จะสังการระหว่างกันให้ดำเนินการได้ง่ายและสะดวกยิ่งขึ้น

4. กิจกรรมทางศาสนาและวัฒนธรรม

กิจกรรมต่างๆที่ทางชมรมจัดเป็นประจำให้กับสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ โดยได้จัดให้มีการทำบุญ และร่วมกิจกรรมทางศาสนาในวันสำคัญต่างๆ เช่น วันมาฆบูชา วันวิสาขบูชา วันเข้าพรรษา ซึ่งทางชมรมจะจัดการทอดผ้าป่า การทอดกฐิน การถวายเทียนพรรษา การทำบุญวันสารท การรดน้ำคำหัวผู้สูงอายุ เป็นต้น การจัดกิจกรรมทางศาสนานั้น เป็นที่ทราบสำหรับสมาชิกชมรมว่าในวันสำคัญต่างๆ นั้น สมาชิกทุกคนจะต้องมาทำกิจกรรมที่วัด เพื่อมาทำบุญ รับศีลรับพรจากพระ ฟังธรรม และมาเพื่อที่จะได้พบปะพูดคุยด้วยกันระหว่างผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นธรรมดาที่ผู้สูงอายุจะต้องมาวัดกันตั้งแต่ตอนเช้า โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่อายุมากจะมาถึงวัดก่อนผู้สูงอายุที่มีอายุน้อย การเดินทางของผู้สูงอายุส่วนมากจะเป็นการเดินทางมาเองมากกว่าที่จะนั่งรถ เพราะอาศัยอยู่กับบ้าน และเวลาเดินทางที่วัดก็จะเดินกันมาเป็นกลุ่ม เนื่องจากเวลาเดินทางผ่านบ้านผู้สูงอายุด้วยกันก็จะชักชวนกันมาระหว่างทางมาถึงวัด จะมีบ้างสำหรับผู้สูงอายุบางคนที่ไม่ไหว หรือบ้านที่อยู่ห่างไกลออกไปก็จะให้ลูกหลานมาส่งที่วัด เมื่อมาถึงวัดผู้สูงอายุจะนำรูป เทียน และดอกไม้ ไปไหว้พระพุทธรูป จากนั้นจะจับกลุ่มพูดคุยกันรอจนถึงเวลาจึงเริ่มสวดมนต์เพื่อจะขอศีลขอพรจากพระ จากนั้นพระก็จะเทศน์ ซึ่งเรื่องที่จะเทศน์แต่ละครั้งนั้นก็จะเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับที่มาในวันสำคัญนั้นๆ สำหรับปัจจุบััจัย ทางกลุ่มผู้สูงอายุก็จะทำบุญในนามทางชมรมผู้สูงอายุ ส่วนผู้สูงอายุที่อยากทำบุญเพิ่มเติมส่วนตัวก็สามารถทำได้ตามต้องการ แล้วแต่ว่าจะให้กันเท่าไร บางคนทำบุญ 10 บาท 20 บาท 50 บาท หรือบางราย 100 บาท ก็มีแล้วแต่ศรัทธา และรวบรวมถวายพระ หลังจากทีพระฉันเพลและเสร็จสิ้นพิธีกรรมทางศาสนาแล้ว ประธานชมรมผู้สูงอายุและสมาชิกก็จะมานั่งรับประทานอาหารและร่วมพูดคุยกัน ซึ่งถือว่าการประชุมของทางชมรมได้อีกด้วย ส่วนกิจกรรมในช่วงเวลากลางคืนก็จะคล้ายๆกัน จะมีการสวดมนต์ ฟังเทศน์ และการเวียนเทียน ซึ่งจะเป็นแบบนี้ทุกครั้งที่มีวันสำคัญ

สำหรับกิจกรรมรดน้ำคำหัวผู้สูงอายุ จะถือว่าเป็นกิจกรรมที่ทางชมรมผู้สูงอายุให้ความสำคัญเป็นอย่างมาก เพราะถือว่าเป็นกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุโดยตรง เป็นกิจกรรมที่ผู้สูงอายุร่วมกันวางแผนที่จะทำร่วมกัน โดยได้ประชุมหารือกันระหว่างสมาชิก คณะกรรมการ และเจ้าหน้าที่สาธารณสุข สำหรับเจ้าหน้าที่สาธารณสุขที่ต้องเข้าร่วมในการประชุมด้วยนั้น เนื่องจากว่าเจ้าหน้าที่ที่จะเข้ามาให้คำปรึกษาว่ากิจกรรมที่ทางผู้สูงอายุจะจัดให้มันจะมีประโยชน์ต่อสมาชิกมากน้อยเพียงใด ความเหมาะสมว่ากิจกรรมที่จะจัดนั้นมีผลต่อสุขภาพทางกายและใจสำหรับผู้สูงอายุ หรือกิจกรรมจะก่อให้เกิดอันตรายมากน้อยแค่ไหนต่อผู้สูงอายุเอง และเจ้าหน้าที่อาจเสนอกิจกรรมที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ถ้าผู้สูงอายุพอใจจะมีการแบ่งหน้าที่รับผิดชอบต่อไป ก่อนถึงวันงานสมาชิกผู้สูงอายุที่เป็น

ผู้ชายก็จะมาจัดเตรียมสถานที่ที่โรงอาหารซึ่งโรงเรียนในชุมชนให้ใช้สถานที่ ทางชมรมผู้สูงอายุได้จ่าย ค่าน้ำและค่าไฟให้แก่โรงเรียนบ้านโพธิ์ ซึ่งถือว่าเป็นค่าบำรุงให้แก่โรงเรียน จำนวน 300 บาท มีการจัด โต๊ะหมู่บูชาพระรัตนตรัย จัดเตรียมอาสนะสำหรับพระสงฆ์ จัดที่สำหรับรดน้ำผู้สูงอายุ และที่สำหรับ สมาชิกที่จะมาร่วมงาน เมื่อถึงวันงานรดน้ำคำหัวผู้สูงอายุ ซึ่งเริ่มเวลา 09.30 น. ก็จะมีการทำบุญ สวดมนต์ ขอศีลขอพรจากพระสงฆ์ เมื่อเสร็จพิธีกรรมทางศาสนา ก็จะเริ่มการรดน้ำผู้สูงอายุ พิธีกรก็จะให้ ประธานขึ้นมากล่าวอวยพรผู้สูงอายุ มอบของที่ระลึกคือผ้าถุงแก่ผู้สูงอายุผู้หญิงและแจกผ้าขาวม้าแก่ ผู้สูงอายุผู้ชาย จากนั้นก็จะรดน้ำขอพรผู้สูงอายุ โดยเริ่มจากผู้สูงอายุที่มีอายุมากที่สุด และถัดมาเรื่อยๆ ตามอายุ การคัดเลือกผู้สูงอายุที่จะจัดให้มีการรดน้ำนั้น ทางชมรมได้เลือกผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 75 ปีขึ้นไป จำนวน 30 คน เมื่อสมาชิกชมรมและลูกหลานรดน้ำขอพรผู้สูงอายุครบทุกคน ทางคณะกรรมการก็ได้ชี้แจงรายละเอียดของรายรับ-รายจ่าย โครงการรดน้ำคำหัวผู้สูงอายุในครั้งนี้ หลังจากนั้นก็เริ่มลงมือ รับประทานอาหารที่ทางชมรมผู้สูงอายุได้จัดเตรียมไว้ ซึ่งอาหารที่จัดนั้นก็เป็อาหารที่ทางสมาชิกเป็น ผู้ทำเอง กับข้าวที่นำมาใช้ปรุงอาหารจะมีทั้งที่ซื้อ และการหาจากแหล่งธรรมชาติในชุมชน เช่น ผักต่างๆ ที่ขึ้นเองตามธรรมชาติ ถือว่าเป็นการประหยัดงบประมาณให้กับชมรมได้อีกทางหนึ่ง เมื่อรับประทานอาหารเสร็จ ทุกคนก็จะช่วยกันเก็บกวาด จัดโต๊ะ ล้างจานจนเป็นที่เรียบร้อย ประธานก็กล่าวขอบคุณ สมาชิกทุกคนที่มาร่วมกิจกรรม จากนั้นจึงแยกย้ายกันกลับบ้าน

5. กิจกรรมการประชุมประจำเดือนชมรมผู้สูงอายุ

การประชุมของชมรมผู้สูงอายุคลินิกศูนย์เวชปฏิบัติครอบครัวบ้านโพธิ์นั้น จะแบ่งเป็นการ ประชุมของสมาชิกชมรม และการประชุมของคณะกรรมการบริหารชมรม โดยจะจัดให้มีการประชุม ทุกๆสองเดือนสลับกันระหว่างการประชุมของสมาชิกชมรมและคณะกรรมการบริหารชมรม ดังนี้

5.1 การประชุมของสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ สำหรับการประชุมของสมาชิกชมรมจะจัด ให้มีการประชุมทุกๆสองเดือน คือ เดือนมกราคม เดือนมีนาคม เดือนพฤษภาคม เดือนกรกฎาคม เดือน กันยายน และเดือนพฤศจิกายน เวลาประมาณ 13.00 น. นอกจากนี้ยังได้กำหนดวันอื่นๆที่มีการจัด กิจกรรมต่างๆถือเป็นการประชุมอีกด้วย การประชุมในแต่ละครั้งจะใช้สถานที่ที่คลินิกศูนย์เวชปฏิบัติ ครอบครัวบ้านโพธิ์ในการจัดประชุมทุกครั้ง การประชุมจะเริ่มเมื่อประธานและคณะกรรมการบริหาร ชมรมเห็นว่ามีความจำเป็นหรือเห็นว่ามีความเหมาะสม จากนั้นเลขานุการจะเริ่มเช็คชื่อ โดย การเรียกชื่อสมาชิกทุกคนเพื่อจะได้รู้ว่าสมาชิกมาเข้าการประชุมจำนวนเท่าไร ส่วนเรื่องที่น่าสนใจ ในที่ประชุมนั้น จะเป็นเรื่องที่มีการพูดคุยจากการประชุมของคณะกรรมการบริหารชมรม เพื่อให้ทุกคน ได้รับทราบและปฏิบัติจากการประชุม ในการประชุมทุกครั้งประธานชมรมหรือคณะกรรมการบริหารจะ

เป็นผู้ชี้แจงรายละเอียดต่างๆทั้งหมด สิ่งสำคัญที่สุดที่ต้องชี้แจงทุกครั้งที่มีการประชุมกัน คือ การชี้แจงเกี่ยวกับการเงินของชมรม รายละเอียดของรายรับ-รายจ่าย เงินคงเหลือของชมรม เพื่อให้สมาชิกทุกคนรับทราบร่วมกัน

การประชุมในแต่ละครั้ง สมาชิกจะคอยซักถามพอสมควรเมื่อไม่เข้าใจ ก็จะถามจนเข้าใจและสามารถนำสาระของเรื่องที่ประชุมในวันนั้นไปบอกกล่าวให้สมาชิกคนอื่นๆที่ติดธุระ ไม่ว่าจะหรือไม่สามารถมาร่วมเข้าประชุมให้เข้าใจได้ สำหรับสมาชิกที่มาประชุมนั้นก็ถือว่ามีส่วนร่วมในการประชุมทุกครั้ง ถึงแม้บางครั้งในระหว่างการประชุมสมาชิกจะจับกลุ่มพูดคุยส่งเสียงรบกวนเพื่อนๆ สมาชิกรอบข้างบ้าง ซึ่งถือว่าเป็นเรื่องปกติเมื่อมีคนจำนวนมากมารวมตัวกันก็ต้องมีการพูดคุยสนทนากัน โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่เป็นผู้หญิงจะมีการพูดคุยกันมากกว่าสมาชิกผู้ชาย ทำให้ในบางครั้งประธานชมรมได้ขอร้องว่าขอให้หยุดการสนทนาสักครู่หนึ่ง เพราะเป็นเรื่องที่ทุกคนต้องรู้และทำความเข้าใจ

5.2 การประชุมของคณะกรรมการบริหารชมรมผู้สูงอายุ สำหรับการประชุมของคณะกรรมการบริหารชมรมจะจัดประชุมในเดือนกุมภาพันธ์ เดือนเมษายน เดือนมิถุนายน เดือนสิงหาคม เดือนตุลาคม และเดือนธันวาคม เวลาประมาณ 13.00 น. ณ คลินิกศูนย์เวชปฏิบัติครอบครัวบ้านโพธิ์

4. ปัญหา อุปสรรคของการดำเนินงานและข้อเสนอแนะ

4.1 ปัญหา อุปสรรคของการดำเนินงาน

4.1.1 ปัญหา อุปสรรคที่เป็นส่วนสำคัญของการดำเนินงานชมรมคือตัวคณะกรรมการ เนื่องจากคณะกรรมการส่วนใหญ่มีบทบาทหน้าที่หลายอย่างในชุมชน มีเวลาที่ไม่ตรงกันทำให้บางครั้งเวลามีการประชุมทำให้มาไม่ครบองค์ประชุม เพราะเมื่อคณะกรรมการมีภาระหน้าที่หลายด้าน ก็ต้องเลือกทำอย่างใดอย่างหนึ่งซึ่งเห็นว่าสำคัญที่สุด ซึ่งบางครั้งก็ไม่ใช่หน้าที่ในส่วนของชมรมผู้สูงอายุ เพราะเห็นว่าสามารถติดตามผลจากกรรมการท่านอื่นภายหลังได้ ซึ่งมีข้อมูลสนับสนุนดังต่อไปนี้

“...เนื่องจากคณะกรรมการหลายคนมีหน้าที่หลายอย่าง ทั้งเป็นกรรมการ ทั้งทำสวน บางครั้งก็ต้องทำงานที่ต้องหาเลี้ยงครอบครัวก่อน ทำให้ไม่มีเวลามาประชุม...”

(ประถม ดิสระ (สัมภาษณ์), 27 เมษายน 2551)

“...กรรมการบางคนถ้าติดงานส่วนตัว บางครั้งก็ไม่สามารถมาประชุมได้ เพราะทำหน้าที่หลายอย่าง ก็ต้องเลือกทำที่สำคัญที่สุดก่อน...”

(พร้อม เพชรชโน (สัมภาษณ์), 30 เมษายน 2551)

4.1.2 ปัญหาด้านงบประมาณที่มีจำนวนจำกัดเป็นอุปสรรคในการดำเนินงานหรือจัดกิจกรรม เนื่องจากในการจัดกิจกรรมทุกครั้งทางชมรมไม่ได้เรียกเก็บจากสมาชิกชมรม แต่จะมาจากการรับบริจาคหรือได้มาจากการของบประมาณจากหน่วยงานต่างๆ ซึ่งทางหน่วยงานก็ต้องให้งบประมาณมาอย่างจำกัด เพราะมีชมรมผู้สูงอายุชมรมอื่นๆ หรือกลุ่ม องค์กร ต่างก็ร่วมของบประมาณเหมือนกัน จึงต้องแบ่งกัน ซึ่งมีข้อมูลสนับสนุนดังต่อไปนี้

“...งบประมาณที่มีอยู่ ก็มีจำนวนจำกัด เพราะชมรมของเราไม่ได้เรียกเก็บจากสมาชิก จะขอราชการแต่ละครั้งก็นานกว่าจะได้ ถึงได้มาก็ไม่พอ...”

(อาทิตย์ ชัยโยธา (สัมภาษณ์), 30 เมษายน 2551)

“...เวลาจะจัดกิจกรรม ชมรมของเราไม่ได้เก็บเงินจากสมาชิก ทำให้เงินที่มีอยู่ไม่พอ บางครั้งต้องหาอุปกรณ์ต่างๆ ที่พอจะหาได้ ก็จะนำกันมาเองจากบ้าน...”

(ประถม ดิสระ (สัมภาษณ์), 27 เมษายน 2551)

4.2 ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาปัญหาในการดำเนินงานชมรม มีข้อเสนอแนะถึงแนวทางแก้ไขปัญหาดังนี้

4.2.1 ในการจัดประชุมควรเลือกวันที่ทุกคนมีเวลาว่างตรงกัน ซึ่งอาจทำการตกลงกันเองภายในกลุ่มคณะกรรมการด้วยกัน ว่าควรจะระบุวัน เวลาที่แน่นอน ที่สามารถทำให้คณะกรรมการมาประชุมพร้อมกันได้ ซึ่งอาจจะใช้วันหยุดราชการ หรือหลังเวลาเลิกงานราชการก็เป็นได้ เมื่อตกลงกันได้ ก็เป็นหน้าที่ของคณะกรรมการที่จะต้องรับผิดชอบต่อหน้าที่ในการมาเข้าร่วมประชุม

4.2.2 หาแหล่งเงินทุนจากเอกชนเพิ่ม นอกเหนือจากหน่วยงานของรัฐ โดยอาจใช้วิธีการทำหนังสือขอรับการสนับสนุนปัจจัยที่เป็นทั้งเงินและสิ่งของเพิ่มเติม จากที่ได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานของรัฐ หรือไม่เช่นนั้นก็ควรมีการเรียกเก็บเงินจากสมาชิกเพิ่มเติมเป็นรายปี

4.2.3 จัดทำโครงการเพิ่ม หรือเขียนโครงการของงบประมาณสนับสนุนจากหลายๆ หน่วยงาน ในกรณีนี้อาจใช้วิธีการเลี้ยงน้ำชาขอบคุณ หรือการเขียนโครงการต่างๆ ที่มีอยู่ในแผนการประจำปีมาจัดเป็นกิจกรรมที่สามารถให้หน่วยงานอื่นๆ ร่วมดำเนินกิจกรรมด้วยกันได้

Prince of Songkla University
Pattani Campus